

青少年的同儕關係

孩子從「交朋友」的過程中瞭解他應該怎樣表現，包含態度、行為、說話方式、衣著時尚和裝飾等等，大多數的孩子都是自動自發、自願這樣做的，他們希望和我的朋友一樣。青少年時期更是明顯，孩子逐漸脫離父母而獨立，對朋友的依賴增加，友誼是他們所關心的，若不被朋友肯定是很難過的事。因此青少年很容易為了迎合同儕，而改變他們的言語、衣著、行為、思想甚至價值觀。此時，同儕影響往往超越父母所能控制的範圍。父母因此陷於兩難之中，一方面希望子女有良好的同儕關係，另一方面又擔心子女交友不慎，而受同儕負面之影響，交友問題便成為青少年時期親子衝突的重要原因之一。本期親師交流道，特別選錄「青少年同儕關係」主題，讓我們一起了解孩子如何看待他們之間的友誼關係？亦歡迎家長們提供閱讀心得或是經驗分享。

一、青少年的同儕需求：

同儕關係是個人發展和社會化的基本人際關係。對青少年來說，這也是最重要的一種人際關係。根據師大教授賈馥茗（1991）指出同儕團體具有以下特質：

- 1、年齡相近，價值與需求一致。
- 2、處境相似，情誼密切，有助於團結在一起。
- 3、成員平等，沒有居於絕對優越地位者。
- 4、互動自由，沒有長輩。

經調查顯示，青少年非常重視同儕朋友，他們除了將朋友視為最想要的東西外，有將近六成的青少年認為在生活中最充實滿足的狀況是「和朋友在一起時」、其次是「從事喜愛的休閒及運動」。根據吳瓊洳（1998）研究統計，國中生的重要他人依次為同儕、父母、兄弟…等。另外根據內政部統計處針對「台灣地區少年狀況調查報告分析」中提到，當青少年有困擾時，同儕朋友是他們第一個尋找的商談對象。由此可知青少年階段，非常重視來自同儕朋友的支持，不論是同性或是異性朋友。

同儕是青少年生活中相當重要的一環，積極尋求認同，唯恐成為團體所拒的「圈外人」是青少年普遍的心態。另外，同儕團體中的友誼，也具有使青少年成長、認識自我的獨特功能。青少年面對心理、生理的轉變時，常會有焦慮、懷疑、憤慨等情緒，這時同儕也提供了情緒宣洩的管道。被成人視為不成熟的青少年，也可以透過同儕，建立起自信，並肯定自己的價值。另一方面，面對成人文化而受到挫折時，青少年容易透過同儕的互動而形成次文化，例如相似的價值觀、心理特徵、行為模式、觀念態度和生活方式等，這些是父母師長必需要瞭解的。

二、青少年同儕關係的影響

1、社會化過程的重要媒介

同儕團體幫助青少年學習如何與人相處，如何根據他人及自己的需要和願望來調整行為，在這些經驗中，他慢慢明白何時該堅持己見，何時該讓步。

2、形成自我概念

在團體中，青少年開始蒐集別人的意見及看法來形成自己對自己的觀點，即自我概念，例如：「我是強壯的」、「我是可信賴的」、「我很聰明」等。家人雖然也會表達他們的意見，但對青少年而言，父母或兄長比自己強壯、聰明，弟妹又太幼稚，不如同伴所提供的標準那麼真實，因此他們往往比較看重同儕的意見。

3、建立支援網路

透過與同儕施與受的關係，青少年漸漸學會：如何做適度的堅持，何時及如何尋求他人的協助，道德觀及價值觀的推理修正，並適應與他人的共同生活。

4、避免孤獨

與同儕相處不和諧的青少年，較容易出現心理健康方面的問題，也容易產生問題行為。因此，成人（特別是父母或老師）若發現青少年在團體中的適應有困難，父母或老師必須很敏感的感受青少年的狀況以及困境，要找出問題的癥結所在，協助他發展較成熟的行為模式及社會技能，使其不要孤立於團體之外。

5、渴望被同儕接納

青少年為了取得在同儕團體中的地位，為了被團體接受，往往會遵從團體的價值觀。在同儕團體中，可能學得有益的經驗，但也可能學會不當的行為，成人們要協助青少年建立自己的道德標準，學習判斷是非，該拒絕時就要勇於說「不」，這樣才不至受制於同儕團體的從眾壓力，盲從而無主見。

三、父母如何處理孩子的同儕友誼：

Steinberg (1990) 引述精神分析論對於青少年心理發展的看法，提及青少年與家庭關係的分離過程是一必然的現象。而這個期間親子之間的衝突必然增加，此時父母應鼓勵青少年發展獨立自主的能力，如果父母過於強調親子之間的和諧，反而會阻礙青少年邁向成熟的發展。

1、善用父母的影響力

雖然青少年由受父母影響轉到受同儕影響，但並非意味著父母對於青少年的影響力完全消失。王柏壽 (1985) 指出如果是涉及「教育」或「道德」方面待作決定的問題，不論青少年在那個時期，父母的影響力都是大於同儕的；但唯有在「時尚」與「人際關係」方面，國中之前父母影響力是大於同儕，但國中以後則是同儕大於父母。黃煜峰和雷靈 (1995) 則指出，同儕對青少年的行為影響是多方面的，但和父母相比較，則較表面化、範圍小、時間短，多集中於趕時髦、音樂服裝等方面；而父母則是在價值觀、道德行為較具決定性。吳明燁 (1999a、1999b) 指出青少年各項生活上仍是以父母意見為依據，但在問題行為上同儕團體的影響則是非常顯著。

2、彌補親子間的疏離

青少年階段正逢認同危機，他們一方面急於向同儕認同，另一方面漸漸和家人尤其是父母疏遠，研究婚姻與家庭發展的學者如 Duvall 因此呼籲，如何彌補親子間的疏離是有青少年家長的一個挑戰。Poole 和 Regoli (1979) 的研究便發現，父母與偏差同儕之間的影響，當父母與子女的聯繫是較強時青少年的犯罪與偏差行為會較少，父母管教若是能發揮支持與監視功能，子女參與不良休閒活動的機率便可能降低。

3、不批評孩子的朋友

在青少年階段，親子關係處於較兒童時期緊張、易產生衝突，身體與心理發展快速變化的青少年，尋求支持的對象也由父母轉變到處境相似的同儕身上，透過同儕社交關係的建立，來彌補親子關係轉變所欠缺的情感支持。此時，父母親不宜批評孩子的朋友，例如：「你交的那是什麼爛朋友？」、過多的限制孩子的交友圈，例如：「你怎麼不跟 XXX 當好朋友，他功課很好啊！」，或是過度干涉孩子的接聽電話(甚至偷聽孩子的對話)、結伴出遊... 等等，以尊重為原則，並開始認識孩子的朋友。

四、結語

除了極少數絕頂聰明的青少年，因為興趣，思考方式與眾不同，自願選擇孤立之外，絕大多數的人都渴求友誼，不願受同儕排斥，青少年的從眾性是屬於發展過程中正常的一部份，孩子必須學習在個人自主以及他人期待中取得一個平衡點，而此時的父母親以及學校的老師必須多付出一些關懷，站在青少年的立場，瞭解其現在所面臨的壓力，適時伸出援手，協助青少年渡過這關鍵時刻。

資料來源：馮燕、王枝燦(2002)。網路交友與青少年虛擬社會關係的形成。

陳惠玲(2003)。網路同儕的型塑過程及對青少年次文化影響之探討。

普台國民中小學九十五學年度親師交流道期末問卷家長建議統整表

年級		低年級	中年級	五年級	七年級	合計	備註
填寫人	父親	6(22%)	14(25%)	5(20%)	8(17%)	33	問卷回收率約 20%。
	母親	20(74%)	41(75%)	19(80%)	37(78%)	117	
	其他	1(4%)	0	0	2(5%)	3	
閱讀頻率	每期	35	42	19	32	128	每期皆仔細閱讀的家長約 76%。
	偶爾	5	6	1	9	21	
	較少	1	1	1	0	3	
	沒看	0	0	0	0	0	
有幫助的文章	第 1 期	3	10	7	26	46	親師交流道的文章大部分都獲得半數以上家長的肯定。
	第 2 期	33	38	15	28	114	
	第 3 期	31	37	15	27	110	
	第 4 期	24	24	11	17	76	
	第 5 期	25	30	12	20	87	
	第 6 期	19	22	13	22	76	
	第 7 期	4	7	2	7	20	
	第 8 期	26	27	15	24	92	
	第 9 期	25	20	12	24	81	
	第 10 期	24	25	16	22	87	
	第 11 期	16	13	10	16	55	
	第 12 期	23	27	9	16	75	
	第 13 期	26	21	14	24	85	
	第 14 期	17	19	9	18	63	
	第 15 期	11	15	7	12	45	
	第 16 期	22	24	11	24	81	
	第 17 期	19	19	16	16	70	
	第 18 期	23	23	15	26	87	
	第 19 期	17	19	14	16	66	
	第 20 期	25	27	14	24	90	
輔導室感謝您的熱烈參與：爸爸、媽媽有填答並寄回問卷的國小部學生頒苗卡兩點、國中部記優點三個。							
統計分析：							
一、本問卷發放 741 份，回收 153 份，回收率約 20%。							
二、實問卷的父母，有 76%在閱讀返家信函-親師交流道時是很仔細閱讀的。							
三、針對 20 期親師交流道，家長較覺得有幫助的文章是：							
第一名：親師交流道第 2 期-如何與孩子溝通(一)							
第二名：親師交流道第 3 期-如何與孩子溝通(二)							
第三名：親師交流道第 5 期-現代父母對子女的十大不友善態度							
親師交流道第 8 期-你考了幾分—包容孩子的不完美							
親師交流道第 10 期-如何培養成功又快樂的小孩							
親師交流道第 13 期-如何做個稱職的父母							
親師交流道第 18 期-培養孩子從跌倒中再站起來的能力							
親師交流道第 20 期-把暑假還給孩子							

建議事項	回 應
親師交流道是否可以請級任老師張貼於教室佈告欄，並帶領學生進行討論？	親師交流道的主旨在於建立學校與父母間的溝通管道，由於本校學生年齡層由 6 歲至 14 歲，故文章的對象並非針對學生；至於學生方面，輔導室將另闢學生輔導研討資料，以擴展師生討論的話題。
由於本人孩子為低年級，是否能將親師交流道的文字簡易化，讓孩子也能一起閱讀。	
親師交流道的每篇文章都很有幫助，請問孩子拿到資料時，是否有先閱讀嗎？	
建議親師交流道可增加一些互動性的閱讀與意見的交流。	感謝家長的建議，每期親師交流道，歡迎全體家長給予回應，並由學生交回輔導室；回應將適時公布於普台網站，歡迎全體家長不吝分享經驗。
如能有一些關於孩子住宿之後造成「父母」的一些壓力及情緒困擾等問題互相分享或經驗談(正、負向)等來幫助父母。	
建議能將每期的親師交流導附註出處、來源或出版商，讓家長方便購買。	親師交流道每期皆有註明資料或文章來源。推薦書籍將公布在普台網站。
建議如果可以錄成有聲的 CD，在車上或睡前反覆聽更好！	目前由於輔導室人力、資源有限，作此服務恐有困難，相關有聲書，待蒐集後再於網站上公布。
建議輔導室能舉辦人際關係等之講座，針對同學間、高低年級間之相處、關係進行引導。或是潛能開發團體。	輔導室從 95 學年度開始，針對國小四年級以上學生，舉辦心靈成長班，並依不同年齡、需求而設定不同主題，歡迎全體家長鼓勵孩子踴躍參與。
建議增加如何協助孩子增加對自己信心，並接納自己，如高、矮、胖、瘦等等。	
建議每一期的親師交流道文章都可以放在學校的網站上。	已上傳至普台網站「家長專欄」-「親子教育」主題上。
希望能常推薦父母看的親子的書籍或新出的親職教育書籍。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 有關親職的書籍或 CD、影帶待整理後，將會公布於普台網站上。 2. 謝謝家長提供的建議，輔導室將會在未來的親師交流道中陸續改進、出刊。
希望學校能多提供孩子在住宿學校要注意的事項，例如：如何與同學相處、如何照顧自己。	
建議可以增加「性別教育」、「擇友」、「協助孩子建立良好品格」、「人際關係」、「情緒表達」、「對週遭安全的警覺性」、「如何包容同儕缺點」、「爸媽你認識孩子的同學嗎？」、「打小報告真的不是第一首選」等主題。	

輔導室 祝福你！